

Утверждаю

Заведующий  
0561034-ГБДОУ д/с № 14 Кронштадтского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ /Остроух Г.Ф./

**МЕНЮ**

25 апреля 2024 г.

**Дети ясли**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,31	3,94	23,74	115,85	5,94
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	2,60	5,40	16,30	131,50	0,40
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,50	1,70	10,50	79,20	0,47
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>5,40</b>	<b>11,10</b>	<b>50,30</b>	<b>325,30</b>	<b>6,74</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5%	150	2,90	4,40	6,00	79,50	15,00
2008	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	130	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>2,90</b>	<b>4,40</b>	<b>6,00</b>	<b>79,50</b>	<b>15,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,00	2,40	4,10	40,30	1,90
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,90	3,10	21,40	118,20	2,79
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	7,50	0,40	0,30	44,30	0,38
2008	257	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	40	7,50	0,40	0,30	44,30	0,38
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	1,90	8,20	14,50	134,50	14,21
УСП	ТК№063	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,40	0,10	31,00	112,20	0,21
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,40	0,70	15,00	57,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>15,40</b>	<b>15,00</b>	<b>97,50</b>	<b>545,00</b>	<b>19,48</b>
<b>Полдник</b>								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,10	7,90	1,50	114,20	0,00
2008	252	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (аллергики)	40	8,10	7,90	1,50	114,20	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,80	3,70	10,40	89,40	7,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	120	1,98	0,40	16,12	76,16	8,16
2008	437	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	150	0,20	0,10	18,70	77,50	14,72
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,10	8,40	28,50	0,00
УСП	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>11,50</b>	<b>12,10</b>	<b>49,30</b>	<b>356,60</b>	<b>26,92</b>
<b>Всего</b>				<b>35,20</b>	<b>42,60</b>	<b>203,10</b>	<b>1 306,50</b>	<b>68,14</b>